



Государственная бюджетная образовательная организация дополнительного профессионального образования «Учебно-методический центр по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям Нижегородской области имени Маршала Советского Союза В.И. Чуйкова».

603034, г. Н. Новгород, ул. Дачная, 28

Приёмная: тел/факс  
**(831) 282-54-75**

электронный адрес:

[umc.sekretar@yandex.ru](mailto:umc.sekretar@yandex.ru)



**Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения**



**Телефоны экстренного реагирования**

**Единая служба спасения**

**112**

*Памятка разработана коллективом Учебно-методического центра по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям Нижегородской области имени Маршала Советского Союза В.И.Чуйкова и носит рекомендательный характер*

**г. Нижний Новгород**

# Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения

## Основные признаки жизни у пострадавшего

Для того, чтобы определиться с необходимыми действиями по оказанию первой помощи, следует выяснить, имеются ли у пострадавшего признаки жизни. К основным и наиболее просто определяемым признакам жизни относятся сознание и дыхание.

## Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего

Определение наличия сознания у пострадавшего

Для проверки сознания – аккуратно потормошить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?».



При отсутствии сознания необходимо привлечь помощника.

Для восстановления проходимости дыхательных путей у пострадавшего следует одну руку положить на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой взять за подбородок и запрокинуть голову.



Для проверки дыхания надо поднести щеку и ухо ко рту и носу пострадавшего и в течение 10 сек.:

- послушать дыхание ухом;
- почувствовать дыхание щекой;
- посмотреть на движения грудной клетки.

При отсутствии дыхания – поручить помощнику вызвать скорую медицинскую помощь: «Человек не дышит. Вызывайте "скорую". Сообщите мне, что вызвали».

## Алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации

1. Оценка обстановки и устранение угрожающих факторов

2. Проверка сознания

3. Проверка дыхания

4. Вызов скорой медицинской помощи 112 – по мобильному

5. Проведение сердечно-легочной реанимации (30 надавливаний с частотой 100–120 нажатий в минуту чередуются с 2 вдохами)

6. Поддержание проходимости дыхательных путей при проявлении признаков жизни (устойчивое боковое положение)

## Техника проведения давления на грудину пострадавшего и искусственного дыхания

Надавливания на грудную клетку производятся в передне-заднем направлении перпендикулярно плоскости тела пострадавшего выпрямленными в локтях руками на глубину 5–6 см с частотой 100–120 надавливаний в минуту.



30 надавливаний на грудину чередуются с 2-мя вдохами искусственного дыхания, для чего следует открыть дыхательные пути, зажать нос пострадавшего, плотно обхватить губы пострадавшего своими губами и выполнить выдох в рот пострадавшего не дольше 1 секунды до начала подъема грудной клетки.



## Показания к прекращению сердечно-легочной реанимации

Сердечно-легочную реанимацию можно прекратить в следующих случаях:

1. Появление у пострадавшего явных признаков жизни.
2. Прибытие бригады скорой медицинской помощи.
3. Невозможность продолжения сердечно-легочной реанимации ввиду физической усталости.

## Мероприятия, выполняемые после прекращения сердечно-легочной реанимации

В случае появления признаков жизни необходимо обеспечить поддержание проходимости дыхательных путей (в т. ч. приданием устойчивого бокового положения), провести обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений и подробный осмотр на наличие травм и других состояний, угрожающих жизни и здоровью (при необходимости – выполнить необходимые мероприятия по оказанию первой помощи) и осуществлять контроль признаков жизни до прибытия скорой медицинской помощи или других специальных служб. В течение этого времени следует контролировать состояние пострадавшего, оказывать ему психологическую поддержку.